

Comment rendre son couple plus fort ?

Description

default watermark

Que vous sortiez avec votre partenaire depuis six mois ou que vous soyez mariÃ© depuis cinq ans, les relations naissent dâ??un engagement et se poursuivent grÃ¢ce au respect et aux efforts mutuels. Dire que votre relation est spÃ©ciale serait un euphÃ©misme â?? et ne pas souhaiter lâ??amÃ©liorer serait malheureux.

10 choses que vous pouvez faire pour amÃ©liorer votre relation dÃ¨s maintenant

Si chaque relation est diffÃ©rente, aucune nâ??est parfaite. En faisant ces 10 choses pour amÃ©liorer votre lien, vous ne vous assurerez pas seulement une relation de qualitÃ© avec votre partenaire, mais vous prouverez Ã©galement que vous Ãªtes dÃ©terminÃ© Ã travailler pour en avoir une.

1. Demandez Ã votre partenaire quelque chose de nouveau

La communication est le facteur dÃ©terminant du succÃ¨s de toute relation. Câ??est bien de demander Ã votre partenaire comment sâ??est passÃ©e sa journÃ©e, mais câ??est ennuyeux quand vous le demandez encore et encore. AmÃ©liorez votre conversation en faisant lâ??effort supplÃ©mentaire dâ??interroger votre partenaire sur quelque chose de plus spÃ©cifique. GrÃ¢ce Ã cette approche adaptÃ©e, vous Ã©viterez de tomber dans la routine et commencerez Ã avoir des discussions plus significatives.

2. Fixez un rendez-vous mensuel

Parmi vos emplois du temps chargÃ©s et vos responsabilitÃ©s incessantes, la faÃ§on la plus infaillible de garantir que vous prenez du temps lâ??un pour lâ??autre est de rÃ©server une soirÃ©e par mois Ã cet effet. Que vous cherchiez Ã pimenter votre relation ou que vous ayez envie dâ??une activitÃ© qui nâ??inclue pas Netflix, lâ??engagement dâ??aller Ã un rendez-vous ne dure quâ??une nuit â?? mais

le bonheur qui en dÃ©coule durera bien plus longtemps.

3. Exprimez votre apprÃ©ciation

Le confort quâ??apporte une relation est la raison pour laquelle nous avons tendance Ã nÃ©gliger ce que nos partenaires font et Ã considÃ©rer leurs actes de gentillesse comme des formes dâ??attente. Pour Ãªtre honnÃªte, votre partenaire nâ??est pas obligÃ© de remplir votre rÃ©servoir dâ??essence ou dâ??acheter votre glace prÃ©fÃ©rÃ©e â?? il ou elle choisit de le faire, et votre reconnaissance de ce type dâ??effort renforcera votre partenaire Ã Ãªtre attentionnÃ© et vous rappellera dâ??Ãªtre reconnaissant.

4. Modifiez votre emploi du temps

Nous savons que vous Ãªtes indÃ©pendant et que vous nâ??avez pas lâ??intention dâ??arrÃªter votre vie pour qui que ce soit (et vous ne devriez pas avoir Ã le faire). MÃªme si vous avez dâ??autres engagements en dehors de votre relation, câ??est un geste gentil de comparer vos deux emplois du temps pour voir sâ??il est possible de passer plus de temps ensemble. Votre partenaire peut peut-Ãªtre aller Ã la salle de sport un peu plus tÃ´t pour assister Ã la premiÃ¨re du film auquel vous vouliez assister, ou vous pouvez peut-Ãªtre vous lever plus tÃ´t pour terminer vos projets afin de pouvoir assister un match avec votre partenaire. Vous ne devriez pas avoir Ã sacrifier votre vie pour satisfaire votre partenaire, mais votre capacitÃ© Ã faire des compromis devrait suffire Ã le rendre heureux.

default watermark

5. Souvenez-vous des petites choses

Une autre faÃ§on dâ??ajouter du sens Ã votre conversation est de vraiment Ã©couter ce que votre partenaire dit â?? et dâ??en parler Ã lâ??avenir. Si votre partenaire mentionne une conversation quâ??il ou elle souhaite avoir avec un manager, notez-la sur votre calendrier et pensez Ã lui demander le jour mÃªme. Le fait que vous puissiez vous rÃ©fÃ©rer aux sujets et aux dÃ©tails dont votre partenaire a parlÃ© est un Ã©lÃ©ment qui le touchera. Dans lâ??ensemble, ce sont les petites choses qui comptent le plus, et il nâ??y a pas de meilleur moyen de le montrer quâ??en commenÃ§ant par votre relation.

6. Oubliez le passÃ©

Ce qui se passe dans le passÃ© ne reste pas toujours dans le passÃ©. Il est difficile dâ??aller de lâ??avant dans une relation si lâ??on pense encore Ã ce qui sâ??est passÃ© dans le passÃ©. Si vous continuez Ã ressasser le passÃ©, câ??est peut-Ãªtre un signe quâ??il faut prendre du recul et se demander pourquoi â?? Ãªtes-vous naturellement moins indulgent ou ce qui sâ??est passÃ© est-il quelque chose que vous ne semblez pas pouvoir pardonner ? En vous concentrant sur la raison de ce sentiment rÃ©current, vous trouverez plus de clartÃ© en vous et dans ce que vous attendez de la relation avec votre partenaire.

7. Montrez votre affection

Outre lâ??expression de votre gratitude envers votre partenaire, il est Ã©galement suggÃ©rÃ© de montrer par des gestes Ã quel point vous tenez Ã lui. Quâ??il sâ??agisse de prendre la main de votre partenaire au restaurant ou dâ??aller au lit ensemble Ã la fin de la soirÃ©e, vous savez ce que vous ressentez pour votre partenaire, et il ou elle devrait pouvoir en tÃ©moigner Ã©galement.

8. Apprenez les limites de votre partenaire

- Votre partenaire souhaite-t-il rester seul(e) lorsquâ??il ou elle est contrariÃ©(e) ?
- Le dÃ©range-t-il que vous vouliez lui envoyer des textos tout au long de la journÃ©e ?

Ces questions sont simples, mais les rÃ©ponses Ã ces questions vous aideront Ã comprendre les limites de votre partenaire â?? et vous empÃªcheront de les franchir. Dans lâ??ensemble, le sens de la vie privÃ©e de votre partenaire est trÃ¨s probablement diffÃ©rent du vÃ´tre, et connaÃ®tre ses limites est le meilleur moyen de les respecter.

9. Sachez quand vous devez vous excuser

default watermark

Parfois, avoir raison nâ??est pas aussi important quâ??avoir de la compassion. Les conflits avec votre moitiÃ© varient, mais chaque dispute nâ??est pas un dÃ©fi Ã gagner. Ne vous mÃ©prenez pas : nous ne vous disons pas de prendre le blÃ¢me pour tout, mais de dÃ©cider quelles batailles valent la peine dâ??Ãªtre menÃ©es. Bien quâ??il y ait de la gloire Ã savoir que vous avez raison, il y a de la maturitÃ© Ã sâ??excuser pendant une dispute qui nâ??est pas aussi importante que la personne avec laquelle vous vous disputez.

10. Prenez le temps de vous concentrer sur vous-mÃªme

Ce que nous ressentons pour nous-mÃªmes est la faÃ§on dont nous agirons dans une relation â?? par exemple, si vous manquez de confiance en vous, vous rechercherez lâ??assurance dans votre relation. Pour Ã©viter tout comportement toxique avec votre partenaire, il est essentiel dâ??avoir une forte conscience de soi. Investissez dans un nouveau passe-temps, faites des projets avec des amis et prenez des mesures pour dÃ©couvrir qui vous Ãªtes en tant que personne. En tombant amoureux de vous-mÃªme, vous serez naturellement la meilleure version de vous-mÃªme pour la personne qui tombe amoureuse de vous. Les love coach de voyante.ch pourront vous en dire plus !

Categorie

1. Love Coach

Date
2026/11/26
date crÃ©Ã©e
2021/10/29
Auteur
blogueur